

こんな症状に気づいたら、一度相談してみましょう

ここでは、HIV 陽性者やその周りの方のために、どのような精神状態になった時に精神科受診を検討すればよいかをお示しします。陽性者本人はあまり自覚がない場合もありますので、周りの方が気づいた時には助言をしてあげるとよいこともあるでしょう。

もしも次のような状態になっていると感じられた時には、一度主治医の先生や看護師、ソーシャルワーカーやカウンセラーに相談してみましょう。

物忘れするようになった 集中力が低下した 以前よりも考えるスピードがゆっくりになった、考えがまとまらなくなった 細かな運動で失敗することが増えた、前ほど器用に体を動かさなくなった
気分の落ち込み、罪悪感、自分には価値がなく、生きていてもしかたないというような気持ち わけもなく涙が出る 些細なことで怒る 意欲や気力が低下した 喜び・楽しみといった感情を感じにくくなった 性欲が低下した 食欲がない、あるいは、過剰に食べてしまう
眠れない（入眠困難、途中覚醒、早朝覚醒）、眠り過ぎてしまう
常に心配事や不安があり、気持ちが落ち着かない ずっと緊張している 心拍の異常 呼吸困難感があり、パニックになる このまま死んでしまうのではないかとパニックになる 電車やエレベーターなど狭いところに入るのが怖い
大きなストレス（HIV 感染告知、喪失体験など）の後、苦悩、情緒・気分の不調のために、これまでのようには対人関係、社会生活をこなすことができなくなっている 考えなくてもよいと分かっていること、あるいは、理屈に合わない考えが頭の中に浮かんできて、なかなか離れない。 同じことが気になって何度も確認してしまう。
意識状態がおかしい（日時や場所の見当識の混乱、幻覚や錯覚）
アルコールや薬物について、摂取を抑制することが難しい
幻覚や妄想がある

参考文献

白阪琢磨. HIV 診療における外来チーム医療マニュアル改訂第 2 版. 厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業 HIV 感染症及びその合併症の課題を克服する研究班, 2011.